

### متن پرسش

با سلام: با توجه به جواب سوال ۱۳۴۷۷ فرمودید: **إِنْ شَاءَ اللَّهُ** در کتاب «ادب خیال و عقل و قلب» جواب خود را می‌یابید. متن کتاب بر روی سایت هست. موفق باشید بنده کتاب مورد نظر را خوانده ام چیزی که در کتاب و جان کلام کتاب از نظر بنده بود داشتن برنامه مخصوصا برنامه مطالعاتی و سیر مطالعاتی معرفتی دینی به خصوص در زمینه معرفت النفس است که با این کار به قوای نفس مخصوصا وهم جهت می‌دهیم و قوای نفس را در جهت معرفت الهی به کار می‌گیریم یا به قولی به جای اینکه وهم ما را به خود مشغول کند ما وهم را در سمت و سوی کسب معرفت النفس مشغول می‌کنیم و خود برنامه شویم. به نظر بنده این راه پیشنهادی در کتاب وقتی موثر است که فرد دارای ذهنی آرام باشد در این صورت این فرد که تشنه معارف هم هست با یک برنامه منظم و پیوسته با سیر مطالعاتی جنابعالی به جاهای خوبی خواهد رسید، اما وقتی فردی دچار افکار مزاحم و سمج و آزار دهنده باشد پس ذهنی نا آرام و نامنظم دارد که همان مشکل ذهنی به او اجازه برنامه ریزی و حرکت مستمر بر طبق برنامه را نمی‌دهد. لطفا ابتدا روش جدا شدن ذهن از این افکار مزاحم و حذف این افکار را که اجازه نمی‌دهد برنامه داشته باشیم و بر طبق برنامه پیش برویم بفرمایید تا ذهن آرام شود و بتوانیم در مرحله بعد برویم به سراغ برنامه ریزی و سیر مطالعاتی منظم.

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: مطالب کتاب را به خوبی متوجه‌اید. با اصرار بر این که نگذاریم خطورات ذهنی به ما برنامه دهند، کار آرام‌آرام درست می‌شود و افکار ما هراندازه هم سمج باشد از فعالیت می‌افتد. این تنها راه عبور از افکار مزاحم است. به یک پشتکار و حوصله نیاز دارد. موفق باشید